



Pozitif Disiplin ve Çocuk

Sevgili Velimiz,

Pozitif disiplinde temel amaç; çocuğa kendi davranışlarını kontrol edebilme fırsatı ve ortamının yetişkin tarafından verilmesidir. Yetişkin burada çocuğa sadece koçluk yapacaktır.

(Koçluk yaklaşımı; eleştirmez, akıl vermez, direk yol göstermez, karşılaştırma ve kıyaslama yapmaz. Sadece bireyi yaklaşım ve soruları ile yol üzerinde tutmaya çalışır.)

Pozitif disiplin; hayata dair kuralları öğretirken, öz güvenin zedelenmemesi, kendini kötü ve yetersiz hissetmemesi ve aynı zamanda çözümün kendisinin fark etmesi yönünde, çocuğa yardımcı olur ve olumlu davranışların zamanla alışkanlık haline gelmesini sağlar.

Pozitif disiplinde en etkili araç, hiç şüphesiz iletişim dilinin doğru kullanılmasıdır. Çocuğa karşı, doğru iletişim dilini kullanmak demek öncelikle; ses tonundan bakıştaki ifadeye kadar, tüm beden dilinin, kelimelerle uyum içerisinde olması, yani söylenmek istenenle aynı anlamı ifade etmesi anlamına gelir. Yine burada tıpkı yetişkin iletişimde olduğu gibi, karşıya verilen samimiyet ve kendini önemli hissettirme, etkili iletişimin temel kuralıdır.

Olumsuz davranışlarına verilen tepkilerde, özellikle ses tonundaki yumuşak geçişler ve "ben/ biz" dilini kullanmak çok önemlidir. "Sen" dili dediğimiz "böyle yapmalısın, öyle yapmalısın, uyumalısın, çalışmalısın vs. gibi ifade tarzı emir ve yargı içerir. O nedenle yapmasını istediğimiz davranışı mümkünse nedeni ile birlikte ve "ben/biz" dili ile açıklamalıyız.

Çocukla iletişim kurarken, yüz hizasına eğilerek yapıcı bir dille konuşmak gibi çok bilinen davranış modellerinin dışında daha başka nasıl yaklaşılabilir?

Öncelikle bir ebeveyn ya da eğitimci, davranış ve tutumlarını, kendi bulunduğu yerden değil, çocuğun bulunduğu yerden bakarak ayarlamalıdır. O nedenle, yetişkinin her durumda sakinliğini koruması ve çocuğun kendini ifade etmesine izin vermesi şarttır.

(Telefonla konuşurken, biriyle sohbet ederken ısrarla soru soran çocuğu uzaklaştırmak yerine, diğer kişiye, "bir dakika" deyip bir cümleyle bile olsa çocuğa cevap vermek gibi)

Pozitif disiplinde, bir diğer önemli kural, çocuğa seçenek tanınmasıdır. Seçenek karşısında çocuk bulunduğu duygudan kısa bir sürede olsa uzaklaşacak dikkati farklı yöne kayacaktır. (Kıyafetini giymek istemeyen bir çocuğa, "önce şunu mu yoksa bunu mu giymek istersin gibi.)

Çocuğun özgürlük alanı olmalıdır. Düzen adına engellediğimiz, ortadan kaldırdığımız her şey onun fiziksel ve bilişsel motor becerilerini geciktirir. Oyuncaklarına eşyalarına özgürce ve rahatça ulaşabilmelidir. Onları seçebilmeli, fazla tehlike arz etmediği sürece eşyalara dokunarak, düşüp kendi kalkarak oto kontrolünü kendi sağlayabilmelidir.

Bir şeyi yapıp yapmayacağı konusundan daha çok nasıl yapacağı, neden yapmayacağı konusunda bilgilendirilmelidir. Bu davranış onun, yetişkin olduğunda kendi kararlarını verebilme, yeteneğini güçlendirir.

Yanlıı inanç kalıplarına dikkat; "Çocuktur geçer, anlamaz, büyür unuttur, onun dediği mi olacak" Türünden artık geçerliliğini yitirmiş fakat kalıplaşmış düşünceleri bira an önce bırakmak gerekir. Öğrenmenin en yüksek olduğu ve karakter gelişimin önemli bir kısmının olduğu 3-6 yaş arası dönemde her şey ileriki hayatta geri dönmek üzere kayıt edilir. Dikkat edilirse, günümüzün çocuklarının farkındalığı ve algıları küçümsenmeyecek kadar ileri düzeyde. Çünkü yaratıcılığı besleyen merak duygusunun en baskın olduğu dönem, çocukluk dönemidir.

Çocuklara sorumluluklar verilerek hayata daha dirençli hazırlanmaları sağlanmalıdır. (Odasındaki eşyaları toplamak mutfakta ufak işlerde rol almak gibi evde mutlaka sorumlu olduğu ufak işler olmalıdır.)

Cinsiyet ayırımına dikkat... Bizim gibi ataerkil toplumlarda özellikle erkek çocukları tamamen anne tarafından koruma altındadır. "Erkek adam" inanç kalıbı daha bu dönemde oluşturulmaya başlar. Çocuk yetişkin olduğunda dahi her şeyinin annesi tarafından yapıp temin edilmesine alışmıştır. Evlilik hayatında bile korumacı kollamacı ve tıpkı annesi gibi fedakârlıkta sınır tanımayan bir eş modeli arar.

O nedenle uzun vadede eğitimde değişim isteniyor ise, eğitime öncelikle ebeveynlerden, özellikle anne kendinden başlanmalıdır.

Çocuğa kesinlikle ismiyle hitap edilmelidir. (Annem, babam, annecim babacım, aşkım, sevgilim hitaplarının hiç biri uygun değildir.)

Çocuğa nasihatten çok model olunmalıdır. (Kitap oku demekten ziyade kitap okuyan bir ebeveyne sahip olması, okuma alışkanlığı edinmesi açısından daha etkilidir veya sigaranın zararlarından bahsedip, sigara içen bir ebeveynin verdiği nasihatler pek etkili olmayacaktır.)

Öğrenme rahat ortamda olur; Çocuk kendini güvende hissetmez ise öğrenme önceliğini yalan veya yansıtma gibi olumsuz davranışlara bırakır. Günümüzde önem kazanan, disiplinin pozitif kısmı burada daha öne çıkar. Yetişkin kendi zamanından örneklerle hareket etmemelidir. Aksi takdirde çocuk yetişkin olduğunda kuşak çatışması kaçınılmaz olur.

(Evet, bizim zamanımızda ebeveynlerin şöyle birkaç göz işareti ile talimatı alıyor ve uyguluyorduk belki. Hatta ergenlik sorunları, iki yaş sendromu gibi tabirlerde o zamanlar yoktu. Ama aynı yöntemler şimdi ne geçerli ne de yeterlidir. Çünkü insanoğlu doğası gereği değişmek zorundadır.

Öyleyse, Bizim zamanımızda diye başlayan cümleler yerine doğru zaman olan şimdiki zaman üzerinde ve çözümleri üzerinde düşünmeliyiz. Zaman bize uymazsa mutlaka biz zamana uymalıyız.

Kullanılan kelime ve cümlelere dikkat... "Sen çok akıllısın" cümlesi yerine "yapabilirsin, tebrik ederim, teşekkür ederim" "lütfen" demek, her durumda iyi niyetle, yapıcı ve iş birliği içerisinde yaklaşmak, inatlaşmamak, sevgiyle kucaklaşmak, paylaşımcı olmak, fikirlerine olumlu yaklaşmak düşünce ve hayallerini dinlemek, tutarlı paylaşımcı ve yüreklendirici davranmak bir yetişkinin çocuğa karşı çok önemli diğer davranış yöntemleridir. Çocuğun yetişkin hali bizlerin ona çocukken sergilediğimiz davranışlardan büyük izler taşır.